

Согласовано:
Директор
МОУ "Серебрянская СОШ"



Е.А. Фролова

(подпись)

Утверждаю:
Директор

ИП Смирнов И.А.



И.А. Смирнов

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд стоимостью 322,79 руб.

« _____ » _____ 20 _____

День 2:

вторник

Неделя:

первая

Возрастная категория:

7-11 лет

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г,	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	278	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	100/30	38,55	8,7	15,3	15,2	240,3
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,27	5,4	4,8	34,3	207,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,95	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
2008	344	НЕКТАРИН	100	33,00	1,6	0,4	12,9	63,2
Итого за прием пищи:			620	85,6	18,3	20,9	89,1	634,7
Обед								
2011	27	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	100	35,02	1,5	5,1	8,9	90,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	25,90	5,8	6,7	9,1	123,4
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	100	64,26	7,7	5,7	18,7	161,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	21,36	3,1	5,4	20,3	146,2
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,88	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			840	157,2	20,7	23,3	83,7	644,7
Полдник								
2011	418	СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	75	30,00	10,1	11,1	10,8	188,9
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	25,00	1,0	0,2	19,8	87,1
2008		ЧОКО-ПАЙ	28	25,00	0,8	1,0	23,2	107,7
Итого за прием пищи:			303	80,0	11,9	12,3	53,8	383,8
Всего за день:				322,79	50,9	56,5	226,6	1 663,2
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	278	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ	100	33,80	7,8	14,2	14,6	223,9
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	8,30	6,4	5,7	41,2	248,0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,95	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
2008	344	НЕКТАРИН	100	33,00	1,6	0,4	12,9	63,2
Итого за прием пищи:			620	81,9	18,4	20,7	95,4	658,9
Обед								
2011	27	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	100	35,02	1,5	5,1	8,9	90,1
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	25,90	5,8	6,7	9,1	123,4
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	100	64,26	7,7	5,7	18,7	161,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	25,08	3,7	6,5	24,3	175,3
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,88	0,0	0,0	9,7	39,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,80	2,6	0,4	17,0	84,1
Итого за прием пищи:			870	160,9	21,3	24,4	87,7	673,8
Полдник								
2011	418	СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	75	30,00	10,1	11,1	10,8	188,9
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	25,00	1,0	0,2	19,8	87,1
2008		ЧОКО-ПАЙ	28	25,00	0,8	1,0	23,2	107,7
Итого за прием пищи:			303	80,0	11,9	12,3	53,8	383,8
Всего за день:				322,79	51,6	57,4	236,9	1 716,5
Сбалансированность:				0,00	1	1	4	